12.045 Plnená paprika s rajčiakovou omáčkou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko	2,50	2,50	3,50	3,50	4,00	4,00	4,50	4,50
hovädzie zadné	1,50	1,50	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
ryža	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
cibuľa	0,60	0,55	1,00	0,85	1,20	1,02	1,50	1,27
soľ	0,10	0,10	0,12	0,12	0,18	0,18	0,20	0,20
vajcia	8	0,40	10	0,50	12	0,60	15	0,75
rajčiakový pretlak	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
múka hladká	0,60	0,60	0,70	0,70	1,00	1,00	1,20	1,20
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
cukor kryštálový	0,30	0,30	0,50	0,50	0,50	0,50	0,60	0,60
paprika zelená			10,00	7,50	12,00	9,00	15,00	11,25
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	150		210		240		275	
hmotnosť papriky v g	50		90		110		125	
hmotnosť omáčky v g	100		120		130		150	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme, pomelieme, pridáme soľ, mleté čierne korenie, prebratú uvarenú vychladnutú ryžu, vajcia, očistenú na drobno nakrájanú cibuľu, dobre premiešame a naplníme papriky. Zo zvyšku plnky tvoríme guľky, ktoré obalíme v múke a dáme variť do zriedeného rajčiakového pretlaku. Múku opražíme nasucho, pridáme olej, zalejeme vodou, dobre povaríme, pridáme k uvarenej plnenej paprike, dochutíme cukrom a varíme ešte 20 minút.
Podávame so zemiakmi alebo knedľou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota	bielkoviny	tuky	kyselina linolová		vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
									A	B_1	B_2	C	E

	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	729	175	8,86	7,3	1,8	17,8	0,7	16,7	1,3	0,052	0,1	0,1	5,7	1,8
B	1124	270	11,92	11,1	3,1	28,9	2,4	33,3	2,1	0,125	0,2	0,1	81,9	2,9
C	1424	342	14,72	14,1	4,3	36,8	3,1	42,0	2,6	0,158	0,2	0,2	99,4	3,5
D	1740	418	17,58	17,3	5,5	45,4	3,8	51,7	3,2	0,198	0,2	0,2	124,2	4,0